

GUÍAS DE CULTIVO



**ECOLÓXICO**



#17

**CULTIVO  
DA VERZA**

TÉCNICAS, ASOCIACIÓNS  
E CONTROL DE PRAGAS



# Introducción

A **verza** (*Brassica oleracea* var. *sabauda*) é unha hortaliza crucífera moi valorada pola súa **robustez e valor nutritivo**. O cultivo ecolóxico da verza en Galicia ofrece beneficios tanto para a saúde do solo como para a calidade do produto final. Neste artigo, abordaremos aspectos técnicos do cultivo ecolóxico da verza en Galicia, incluíndo métodos para combater plagas e enfermidades de forma ecolóxica, marcos de plantación, asociacións beneficiosas con outras hortalizas, e épocas recomendadas para a sementera e a plantación.

## Características do cultivo da verza

### Condições climáticas

A verza é unha planta que se adapta ben ao clima temperado e húmido de Galicia.

- **Temperatura:** A verza desenvólvese mellor a temperaturas entre 15 e 20°C. Temperaturas moi altas ou moi baixas poden afectar negativamente ao seu crecemento e á calidade das cabezas.
- **Humidade:** Require unha humidade constante e moderada. A falta de auga pode levar a unha formación deficiente das cabezas, mentres que o exceso pode favorecer a aparición de enfermidades fungosas.
- **Luz:** Prefire exposición solar completa. Un mínimo de 6-8 horas de sol directo ao día é ideal para un crecemento óptimo.

### Requerimentos do solo

- **Tipo de solo:** A verza require solos ben drenados, ricos en materia orgánica e con boa capacidade de retención de humidade. Solos pesados ou con mal drenaxe poden afectar o desenvolvemento das raíces e a formación das cabezas.
- **pH:** O pH óptimo do solo está entre 6,0 e 7,5. Solos moi ácidos ou alcalinos poden reducir a dispoñibilidade de nutrientes e afectar o crecemento das plantas.
- **Fertilidade:** Incorporar materia orgánica, como compost ou esterco ben descomposto, mellora a fertilidade do solo e proporciona os nutrientes necesarios para un crecemento vigoroso.

# Épocas de plantación

A elección da época de plantación é crucial para garantir unha boa colleita de verza, adaptada ás condicións climáticas de Galicia.

## Sementeira de primavera

- **Época:** A sementeira debe realizarse de xaneiro a marzo en semilleiros ou bandeixas. O transplante ao campo pode realizarse de abril a maio.
- **Colleita:** A colleita ten lugar de setembro a novembro, dependendo da variedade e das condicións climáticas.

## Sementeira de verán

- **Época:** A sementeira pode realizarse de xuño a xullo en semilleiros ou bandeixas, e o transplante ao campo de agosto a setembro.
- **Colleita:** A colleita ocorre de xaneiro a marzo, dependendo das condicións climáticas e da variedade.

## Métodos de sementeira e plantación

- **Sementeira:** As sementes deben ser plantadas a unha profundidade de 0,5-1 cm en semilleiros ou bandeixas.
- **Transplante:** As plántulas deben ser transplantadas ao campo cando teñan entre 4 e 6 semanas de idade. O transplante debe realizarse a unha profundidade que permita que a base das plántulas estea no mesmo nivel que no semilleiro.
- **Espazamento:** As plántulas deben ser transplantadas a uns 50-60 cm entre plantas e a 60-80 cm entre fileiras.



# Marcos de plantación

O espazamento adecuado e o marco de plantación son fundamentais para garantir un cultivo óptimo de verza.

- **Espazamento entre plantas:** 50-60 cm entre plantas permite un adecuado desenvolvemento das cabezas e facilita a ventilación e o acceso para traballos no campo.
- **Espazamento entre fileiras:** 60-80 cm entre fileiras facilita a mantención e a colleita.

# Asociacións beneficiosas

A correcta asociación de cultivos pode mellorar a saúde das plantas e aumentar a produtividade, ao tempo que controla pragas e enfermidades.

- **Cebolla** (*Allium cepa*): As cebolas son beneficiosas para a verza xa que repelen pragas como a mosca da col e o pulgón.
- **Allos** (*Allium sativum*): Os allos tamén axudan a repeler pragas e mellorar a saúde xeral das plantas crucíferas.
- **Zanahorias** (*Daucus carota*): As zanahorias e verza son boas asociacións porque non compiten polos mesmos recursos e poden mellorar o rendemento das colleitas.
- **Rúcula** (*Eruca sativa*): A rúcula pode mellorar a estrutura do solo e proporcionar sombra parcial ás plantas de verza, o que pode ser beneficioso durante os períodos máis cálidos.

**Evitar:** Non plantar verza preto de outras crucíferas como coliflor ou brócoli, para evitar a propagación de patóxenos específicos.

# Control de pragas e enfermidades

O control ecolóxico de pragas e enfermidades é esencial para manter a saúde das plantas e minimizar o impacto ambiental.



# Pragas comúns e control ecolóxico

## Mosca da col (*Delia radicum*)

- **Síntomas:** Dano nas raíces, que pode levar a unha redución do crecemento e da calidade das cabezas.
- **Control:** Uso de trampas adhesivas e rotación de cultivos. Aplicación de nematodos beneficiosos para controlar as larvas tamén é efectiva.

## Pulgón (*Brevicoryne brassicae*)

- **Síntomas:** Colonias que se alimentan das follas e causan deformacións e debilitamento das plantas.
- **Control:** Introducción de depredadores naturais como xoaniñas e crisopas. Aplicación de xabón potásico ou aceite de neem pode reducir a poboación de pulgóns.

## Catarro de col (*Pieris rapae*)

- **Síntomas:** Danos nas follas e formación de buracos grandes.
- **Control:** Uso de trampas para adultos e aplicación de *Bacillus thuringiensis* para controlar as larvas.

# Enfermidades comúns e control ecolóxico

## Mildiu (*Peronospora parasitica*)

- **Síntomas:** Manchas amarelas ou marróns nas follas e deterioración das cabezas.
- **Control:** Mellora da ventilación entre plantas e eliminación de restos infectados. Aplicación de tratamentos con cobre e decoccións de cola de cabalo para a prevención.

## Podremia (*Fusarium spp.*)

- **Síntomas:** Pudrición e descomposición das raíces e sementes.
- **Control:** Uso de solos ben drenados e aplicación de fungos beneficiosos como *Trichoderma* para combater patóxenos no solo.

## Rizoctonia (*Rhizoctonia solani*)

- **Síntomas:** Dano nas raíces e nas bases das plantas, que pode levar a unha rotura prematura.
- **Control:** Mantemento de boas prácticas de hixiene e rotación de cultivos. Aplicación de compost e mellora da estrutura do solo tamén son efectivas.

# Prácticas de mantemento ecolóxico

- **Rotación de cultivos:** A rotación de cultivos é crucial para evitar a acumulación de patóxenos e pragas específicas. Cambiar a ubicación da verza cada ano axuda a manter a saúde do solo e reducir o risco de enfermidades.
- **Acolchado:** O acolchado con materiais orgánicos, como palla ou compost, axuda a conservar a humidade do solo, controlar malas herbas e mellorar a estrutura do solo.
- **Rego:** O rego regular é esencial para manter unha humidade constante, especialmente durante períodos secos. O rego por goteo é recomendable para minimizar a humidade sobre as follas e reducir o risco de enfermidades.
- **Control de malas herbas:** A eliminación manual de malas herbas e o uso de acolchado para minimizar a competencia por nutrientes e espazo.
- **Fertilización:** Aplicar compost ou esterco ben descomposto antes da plantación e durante o ciclo de crecemento para garantir un subministro adecuado de nutrientes.
- **Eliminación de restos de cultivos:** Recoller e eliminar restos vexetais despois da colleita para reducir a presenza de patóxenos no campo.

## Conclusión

O cultivo ecolóxico da verza en Galicia representa unha alternativa sostible que promove a saúde do solo, a biodiversidade e a calidade dos alimentos. Aplicar prácticas adecuadas para o control de pragas e enfermidades, marcos de plantación correctos e asociacións benéficas permite aos agricultores obter **colleitas exitosas e promover unha agricultura máis respectuosa co medio ambiente**. Estas prácticas non só melloran o rendemento das colleitas, senón que tamén contribúen ao desenvolvemento dunha agricultura máis sostible e resiliente en Galicia.

# HORTOS URBANOS

DA DEPUTACIÓN DE LUGO

